

令和元年度

愛媛県総合運動公園

## 中期（9月～12月）スポーツ教室参加者募集のお知らせ



## ●ココが安心！

- ① 専門講師が親切・丁寧に教えます！
- ② アットホームで楽しい！仲間もすぐできます！
- ③ 7回教室 3,500円 10回教室 5,000円 12回教室 6,000円



## 昼間のスポーツ教室

【午前の教室】

教室名 / 開催曜日	時間	実施期間	指導者	回数	定員	
初級テニス※1	10:00 }	火曜コース	9/3～11/26	愛媛県テニス協会 指導員 西田 理恵・二宮 美保 (火～木) (水～木)	12	30
		水曜コース	9/4～11/27			
		木曜コース	9/5～11/28			
バドミントン※1	12:00	水曜コース	9/4～11/27	愛媛県バドミントン協会 指導員 新名 静夫	12	30
		金曜コース	9/6～12/20	愛媛県バドミントン協会 指導員 善家 光子		
レクリエーションバレーボール	木曜コース	9/5～11/28	(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	12	25	
健康づくり(レクコース)	火曜日	9/3～11/26	(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	12	25	
健康づくり(体操コース)	水曜日	9/4～11/27	(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 指導員			
フラダンス	10:00 }	月曜コース	9/2～12/16	フラ インストラクター 白石 皇恵	10	25
		木曜コース	9/5～11/28	フラ インストラクター 福山 徳代	12	
ピラティス※2	10:00 }	初心者コース (水曜日)	9/4～11/27	愛媛県エアロビクスフィットネス協会 インストラクター 梶原 尚子	12	15
		経験者コース (金曜日)	9/6～12/20			
ZUMBA®	月曜日	9/2～12/16	ZUMBA®インストラクター YUMI	10	30	
えひめ愛ヨガ※2 筋トレ&リラクゼーションストレッチ	火曜日	9/3～11/26	愛媛ヨーガ連盟 教授 鈴木 泉・園田 友子	12	30	
			ZUMBA®インストラクター MARIKO		25	
はじめての太極拳	木曜日	9/5～11/28	尚武太極拳研究会 指導員 濱田 佳代子	12	25	

## 【午後の教室】

教室名 / 開催曜日	時間	実施期間	指導者	回数	定員	
初級午後テニス※1	13:00 }	月曜コース	9/2～12/16	愛媛県テニス協会 指導員 西田 理恵	10	30
		水曜コース	9/4～11/27	(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	12	
午後卓球	15:00	9/2～12/16	愛媛県卓球協会 指導員 和田 昇	10	30	
ラケットテニス	13:30～15:30	9/4～11/27	愛媛県テニス協会 指導員 西田 理恵 (公財)愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	12	20	
すこやか健康づくり	14:00～15:30	9/2～12/16	愛媛県エアロビクスフィットネス協会 インストラクター 徳森 美奈子	10	20	
ダンベル体操&バランスボール	13:30～15:00	9/4～11/27	(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 越智陽介(健康運動指導士)	12	20	

## 夜間のスポーツ教室

教室名 / 開催曜日	時間	実施期間	指導者	回数	定員	
夜間バドミントン※1	19:00 }	小学4年生から参加可能！ 月曜コース	9/2～12/16	愛媛県バドミントン協会 指導員 善家 光子	10	30
		水曜コース	9/4～11/27	愛媛県バドミントン協会 指導員 新名 静夫	12	
夜間卓球※1	21:00	小学4年生から参加可能！ 月曜コース	9/2～12/16	愛媛県卓球協会 指導員 松岡 徳一	10	30
		水曜コース	9/4～11/27	愛媛県卓球協会 指導員 松岡 徳一・石丸 信悟	12	
夜間テニス※1	19:00 }	月曜コース	9/2～12/16	愛媛県テニス協会 指導員 二宮 美保	10	30
		水曜コース	9/4～11/27	(公財)愛媛県スポーツ振興事業団 指導員	12	
夜間シェイプアップエアロビクス	19:00	9/2～12/16	愛媛県エアロビクスフィットネス協会 インストラクター 西田 順子	10	20	
夜間ZUMBA®	20:30	9/6～12/13	ZUMBA®インストラクター MARIKO	7	20	
夜間リフレッシュヨガ			ハッピーヨガサークル インストラクター 杉山 弥保			

※1 ラケットをご持参ください。(初めての方にはお貸しできます。)

※2 別途教材費が必要です。(えひめ愛ヨガ教室…教科書1,620円)

※3 講師は、都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。